

## Конспект урока по физической культуре в 1 классе

**Учитель:** Игошина Елена Владимировна

**Методист:** Добрынина Наталья Александровна

**Студент:** Ерохина Анна Алексеевна

**Тема:** Подвижные игры

**Цель:** развитие физических качеств (ловкость, быстрота), посредством подвижных игр.

**Планируемые результаты:**

*Предметные:* формировать двигательную активность детей, обогащать свой двигательный опыт

*Личностные:* положительное отношение к уроку, умение видеть и понимать партнеров и соперников, обучать детей коллективной игре

**Место проведения:** спортивный зал, МАОУ «МЛ №148»

**Оборудование и инвентарь:** свисток, обруч, манишки

Ход урока

№ п/п	Содержание	Дозировка	ОМУ	Формируемые УУД
<b>Подготовительная часть (15 минут)</b>				
1.	Построение Приветствие Сообщение темы урока	1 мин.	«Равняйсь!» «Смирно!» «Вольно!» «Здравствуйте ребята, меня зовут Анна Алексеевна, сегодня урок физкультуры проведу я. Тема нашего сегодняшнего урока: «Подвижные игры» «По порядку рассчитайсь!» «Направо, раз-два!» «В обход налево шагом марш!»	ЛУУД: формирование потребности в занятиях физической культурой, самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
2.	Ходьба с заданием: - на носках, руки вверх;  - на пятках, руки за голову;  - на внешней стороне стопы, руки в стороны	1 круг  1 круг  1 круг	«Дистанция 2 шага» «Руки вверх, на носках, марш! Ладони направлены друг на друга, спина прямая!» «Руки за голову, на пятках марш! Спина прямая, локти развернуты!» «Руки в стороны, на внешней стороне марш! Руки прямые, спина прямая!»	ЛУУД: умение не создавать конфликты
3.	Бег	1 мин.	«Следить за дистанцией 2 шага»	КУУД: адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.
4.	Перестроение в 3 шеренги	30 сек.	«Направляющий, на месте!»	

			«Левой, левой, раз, два, три!» «Класс, стой, раз-два!» «Налево, раз-два!» «На первый, второй, третий, рассчитайсь!» «Первые номера - на месте Вторые номера – 2 шага вперед Третьи номера – 4 шага вперед По заданию шагом, марш!»	
5.	ОРУ на месте	<p>6 раз</p> <p>6 раз</p> <p>6 раз</p>	<p>«Посмотрите упражнение!»          «И.п. принять!»          «Упражнение вправо начинай!»          «Спина прямая»</p> <p>«Посмотрите упражнение!»          «И.п. принять!»          «Спина прямая,»</p> <p>«Посмотрите упражнение!»          «И.п. принять!»          «Упражнение вправо начинай!»          «Руки прямые»</p>	<p>РУУД: Воспринимают и сохраняют учебную задачу, планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей, осуществляя пошаговый контроль своих действий. Умение воспринимать педагога, слушать и слышать его.          КУУД: формирование умения понимать причины успеха и неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха.          ПУУД: осмысление самостоятельного выполнения упражнений в оздоровительных формах занятий.</p>

<p>7-8-рывки руками влево</p> <p>4) И.п.- ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища 1-4-вращение руками вперед 5-8-вращение руками назад</p>	<p>6 раз</p>	<p>«Посмотрите упражнения!» «И.п. принять!» «Упражнение начинай!» «Спина прямая»</p>	
<p>5) ) И.п.- ноги врозь, руки на пояс 1- наклон туловища вправо 2-и.п. 3-наклон туловища влево 4-и.п.</p>	<p>6 раз</p>	<p>«Посмотрите упражнения!» «И.п. принять!» «Упражнение вправо начинай!»</p>	
<p>6) И.п. - ноги врозь, руки на пояс 1-4- вращение тазобедренным суставом вправо 5-8-вращение тазобедренным суставом влево</p>	<p>6 раз</p>	<p>«Посмотрите упражнения!» «И.п. принять!» «Упражнение вправо начинай!» «Ноги прямые, наклон ниже»</p>	
<p>7) И.п. - ноги вместе, руки вперед 1-присед 2-и.п. 3-присед</p>	<p>6 раз</p>	<p>«Посмотрите упражнения!» «И.п. принять!» «Упражнение начинай!» «Руки прямые, взгляд вперед, спина прямая»</p>	

	4-и.п.  8) И.п. - о.с. 1-прыжок, ноги в стороны , хлопок над головой 2-и.п. 3- прыжок, ноги в стороны, хлопок над головой 4-и.п	10 раз	«Посмотрите упражнения!» «И.п. принять!» «Упражнение начинай!» «Спина прямая, взгляд вперед»	
<b>Основная часть (20 минут)</b>				
6.	Перестроение	1 мин.	«Класс, на свои места шагом марш!»	ПУУД: Осознание смысла предстоящей деятельности. ЛУУД: Работать в команде Умение добросовестно выполнять самостоятельно учебное задание. Безопасное поведение во время выполнения задания. КУУД: Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения правил игры. Умение соотносить реальный результат с нормой посредством Взаимодействие с одноклассниками на принципах взаимоуважении и взаимопомощи. РУУД: Умение контролировать

				и оценивать результаты собственной деятельности
7.	Подвижная игра «Невод»	5 мин.	<p>Перед началом игры определяются двое водящих. Водящие берутся за руки - они «невод». Остальные ребята – рыбки. «Невод» должен ловить «рыбок». Но дотронуться до «рыбки» недостаточно. Пара детей-водящих должна поймать «рыбку», соединив руки, чтобы пойманный оказался как бы в кольце. Тот, кого поймали, присоединяется к «неводу». Игра заканчивается, когда останется всего две «рыбки».</p>	<p>ЛУУД: Работать в команде Безопасное поведение во время выполнения задания. КУУД: Взаимодействие с одноклассниками на принципах взаимоуважении и взаимопомощи.</p>
8.	Подвижная игра «Совушка»	8 мин.	<p>В углу зала кладем обруч - «гнездо Совушки». Из играющих выбирается водящий - «Совушка», остальные - «полевые мышки». Совушка становится в гнезде, а мышки размещаются по всему залу у стен - «в норках».</p> <p>Учитель говорит: «День!» Все «мышки» выбегают на середину зала, бегают, припрыгивают. Совушка спит в гнезде. Учитель говорит: «Ночь!» Все мышки замирают на месте, а Совушка</p>	<p>ЛУУД: Работать в команде Безопасное поведение во время выполнения задания. РУУД: Умение контролировать и оценивать результаты собственной деятельности</p>

			<p>просыпается, вылетает на охоту и смотрит, кто из играющих шевелится. Если Совушка заметит, что кто-либо из мышей шелохнулся, она забирает его к себе в гнездо. По сигналу «День!» Совушка улетает к себе в гнездо, а непойманные мышки начинают бегать и резвиться до сигнала «Ночь!» Когда в гнезде окажется 3—5 пойманных мышей, выбирается новая Совушка из непойманных. И так играют несколько раз. В заключение отмечаются ни разу не пойманные «мышки» и наиболее наблюдательная «Совушка», сумевшая быстрее других поймать «мышей»</p>	
9.	Подвижная игра «Чай-чай-выручай»	7 мин.	<p>Среди играющих выбирается водящий. Водящий остаётся в центре игровой площадки, а остальные игроки разбегаются в разные стороны. Водящий догоняет играющих и осаливает их. Осаленные игроки останавливаются на том месте, где были осалены, раскидывают в</p>	<p>КУУД: Развивать умение выразить свою мысль по поводу освоения правил игры. ЛУУД: Работать в команде Безопасное поведение во время выполнения задания.</p>

			<p>стороны руки и произносят «чай – чай, выручай». Игроки, которых не поймали могут «выручить» пойманных, дотронувшись до них рукой. Задача водящего поймать как можно больше игроков и не подпустить остальных к уже пойманному. Игра требует от детей колоссальной выносливости. После игры желательно провести дыхательные упражнения.</p>	
<b>Заключительная часть (5 минут)</b>				
10.	<p>Построение</p> <p>Игра на внимание «Овощи, фрукты»</p>	<p>30 сек.</p> <p>2,5 мин.</p>	<p>«В одну шеренгу становись!»</p> <p>«Равняйся!»</p> <p>«Смирно!»</p> <p>Учащиеся стоят в шеренге. Учитель называет овощ или фрукт. Если учитель называет овощ – учащиеся садятся, если фрукт – поднимают руки вверх. Кто ошибается, делает шаг вперед.</p>	<p>РУУД: преодоление импульсивности, непроизвольности</p>
11.	Подведение итогов	2 мин.	<p>«Ребята, какая была тема урока? Какая игра вам понравилась больше всего? В какие игры вы бы хотели еще поиграть? Спасибо за урок, вы большие молодцы! Можете быть</p>	<p>ЛУУД: определять собственные ощущения при освоении учебной задачи на уроке</p> <p>РУУД: оценка выполнения двигательных действий согласно поставленным задачам. Выявление типичных ошибок.</p>



			свободны!»	
--	--	--	------------	--